



1912

butlletí informatiu
març 2011

Agrupació Excursionista “Catalunya”

Corredor Pombie-Suzon, gener 2011 (foto: Santi Pociño-Ramon Sallent)

Arribada al Collet entre la Tura i el Cap d'era Aubeta (foto: Eduard i Rosa M.)



Cami de Sant Jaume (foto: Quim Llop)



EL FUTUR A LES NOSTRES MANS

L'anterior butlletí s'obria amb una excel·lent exposició de l'historiador Josep Maria Solé i Sabaté que sota el títol "El futur de l'Excursionisme" ens ofería una classe magistral del passat, present i futur de l'excursionisme.

Les línies publicades al diari AVUI no només volien donar una opinió sinó al mateix temps alertar del futur que, si no ens movem, ens espera.

Solé i Sabaté ens ofería, de manera altruista, la recepta que hauríem de seguir per evitar el que podria desembocar en la desaparició de no poques entitats excursionistes.

És evident que el món 2.0, en el qual estem immersos, ens és advers i malgrat això, el doctor en Història per la Universitat de Barcelona, ens

ofereix exemples pels quals ens hauríem de regir per establir un programa d'actuacions i continuar el camí.

Tal com ens diu, "Cal ser optimistes" estem en el bon camí tot i que cal seguir treballant, buscant camins fins avui abandonats, especialment els que ens portin cap a les institucions el mitjans públics i una nova fornada de consocis.

Hem d'aprofitar, en favor nostre, la regnant crisi econòmica, per a captar nova saba que ens permeti presagiar un futur segur i a l'hora millor del que el calendari actual ens presenta.

La creació de la nova secció de Turisme Eqüestre és un exemple que des de l'Agrupació tenim inquietuds i ganes d'obrir-nos a activitats que, sense abandonar l'escenari de la naturalesa, obrin les portes a d'altres inquietuds •

Í N D E X

3 EDITORIAL: El futur a les nostres mans

4 MUNTANYA: Corredor Pombie-Suzon

6 A.E.C.: Necrologia

7 A.E.C.: 100tenari

9 S.E.A.M.: Serra de Prades

11 ITINERARI: La Mola de Colldejou

AGENDA D'ACTIVITATS:

14 CULTURA; TURISME EQÜESTRE; CAIAC

15 MUNTANYA: Capdevànol-Puig de la Batalla;
BTT pel Delta del Llobregat

16 Calendari MARÇ

17 Calendari ABRIL; Concurs de fotografia

18 SENDERISME: 5a etapa Olot-Mataró;
3a etapa camí de Sant Jaume

19 MUNTANYA: Montsant; Prades-Siurana

20 SENDERISME: Camí sant Jaume, 1a etapa

23 SENDERISME: Camí sant Jaume, 2a etapa

25 S.E.M.: Vall de Bargadèra

27 CULTURA: Aiguamolls de l'Empordà

29 INFANTIL: CURSET PRIMERS AUXILIS

30 A.E.C.: Diversos; INFANTIL

Corredor POMBIE – SUZON

PUNTA JEAN SANTÉ 2506 m – massís d'Aussau
Bearn (Gascunya)

13–14 de gener de 2011

Per Ramon Sallent i Santi Pocino

L'autovia Lleida-Osca ja està força avançada i la meitat del recorregut ja és pot utilitzar. Els 370 quilòmetres des de casa continuen encongint-se. A velocitat discreta, amb 4:30 hores passem el coll del Portalet i deixem el cotxe a l'aparcament del voral de la carretera, que és ple. Hi ha molta gent fent raquetes i esquí de muntanya, però ben escampada.

Corredor POMBIE–SUZON (foto: Santi Pocino-Ramon Sallent)



Al camí cap al refugi Pombie, per contra, no hi ha gaire traça. Inesperadament, només una altra cordada farà nit al refugi, porten el mateix objectiu, el gran clàssic de la zona.

Arribem amb una horeta de marge de llum i encertadament ho aprofitem per visualitzar l'entrada al corredor. Des del refugi queda del tot amagat i malgrat la gran cicatriu a la muntanya, l'accés resta inadvertit. Es tracta de resseguir, ja en escalada, una rampa incli-

nada. Tot remuntant-la en diagonal ens plantarà a la base del corredor que queda penjat damunt la vall.

No cal matinar gaire, ja que amb una aproximació de 20-25 minuts s'arriba a peu de paret, inici de la via, i posats a triar, millor que el sol acompanyi el primer tram encordat, que sembla un pel confús.

L'altra cordada ha engegat abans i en la fosca matinal surt direcció la base del corredor... passant-se de llarg! Els cridem per advertir-los de



l'error, però és en va, les dues llumetes segueixen avançant en una direcció errònia. El destí vol que estiguem sols a la via. A l'ed 8 en Ramon arrenca el primer llarg. Es tracta d'una barra rocosa inclinada, és superada mentre despunta el sol. Algun passet més exposat que difícil i unes arrels oportunes per ajudar a superar-lo.

Som sota les imponents parets de la punta Jean Santé, el sentinella est del pic d'Aussau. Les defenses s'activen i malgrat l'incipient horari ja ens cauen a sobre merlets de neu i gel. Ziuuuuuuuuu! Paf! A gran velocitat s'estavellen al terra. La vira, per sort queda lleugerament protegida pel desplom de la paret, i els despreniments ens passen a frec. Un xic més i ja som a la gran fissura, un corredor estretot i vorejat per altes parets, talment un congost vertical i gelat.

Unes primeres rampes a 60 graus ens permeten progressar amb

“ensamble” però també verificar que hi ha molta neu. Els beins de la roca on hi ha els pitons i on poder col·locar noves proteccions estan soterrats. Per contra el pendent de neu dura permet avançar amb certa celeritat. Així arribem al primer mur, amb el perfil anivellat per l'abundant acumulació de neu. Se supera i arribem al peu de l'escanyall més estret i prou dret (75°). Un pas que realment deu ser molt bonic superar... sense la pluja incessant de gel que baixa pel canaló. Tots els sobrants que escup la paret est del gran Pic d'Aussau es reuneixen en aquest indret. El sol escalfa les crestes superiors de la muntanya, la neu i el gel perden adherència i cedeixen avall. És un tram que fem gairebé a ulls clucs, la neu fina entra increïblement per tot i algun bloc de gel impacta contra el casc. A la sortida final, el tram més dret, costa de trobar on els piolets traccionin amb força.

Seguim amunt, evitant els despreniments continuats, la muntanya està encara massa carregada de neu i el sol generós d'avui resulta implacable. Segueix plovent gel, el seu recorregut



és la mateixa via. Per llargs que es fan sempre quedem sota la imponent punta Aragó que ens envia els seus desferres. Només l'evolució dels raigs solars fa deturar la caiguda d'una orientació per passar a una altra. Els despreniments són incessants.

Així arribem al darrer mur, esgrau-anat, amb una sortida més dreta del que sembla (80°) i on també el pas clau té una neu podrida on costa que els piolets puguin mossegar. Com sempre en Ramon hi posa el que cal i obre el pas. Ja som a la bretxa, el dia s'esfuma per moments i queda per resoldre el descens per la cara sud. En aquesta talaia aèria no és trivial. Cal

trobar la seqüència de 5 llargs ràpels que ens permetran posar peu a terra. Per accedir-hi, cal travessar un petit i esmolat esperó i entrar a la canal del costat on efectivament d'un gran bloc pengen tot de bagues, és el primer ràpel. No hi ha temps per relaxar-se, el paratge és vertical, el dia s'en va. Amb l'últim instant de llum desmuntem el darrer ràpel. Som a terra!

Una baixada per neu nefasta (cros-ta i fonda) ens apropa al refugi. Són les 8 dels vespre, el dia s'ha esmunyit! Un breu mos i cap al cotxe. Són vora les tres de la nit quan obro el cancell de casa ●

NECROLOGIA



(foto: Joan Tarruella)

El diumenge, dia 14 de febrer, llegint el diari Avui, hi vam trobar l'esquela amb la notícia de la mort (11 febrer, als 86 anys) i enterrament del nostre amic i il·lustre conferenciant, en **Joaquim Montoriol i Pous**, geòleg...

Des d'aquestes ratlles manifestem el nostre condol a la família tota del finat. Per a tots és una sentida pèrdua. El catedràtic emèrit Montoriol ha publicat més de 100 treballs d'investigació sobre espeleologia i va ser cofundador del GES (Grup d'Exploracions Subterrànies) del Club Muntanyenc Barcelonès. Va participar en importants exploracions i estudis de coves de gran desenvolupament.

A l'Agrupació hem perdut un bon amic i la possibilitat de seguir assistint a les seves interessants i ben documentades conferències.

Descansi en pau ●

100tenari

L'AGRUPA ALS SOSTRES COMARCALS DE CATALUNYA

*Llegint el llibre Sostres Comarcals de Catalunya, se'ns va acudir que seria bonic que el nostre **100tenari** fos present en el cim més alt de cada una de les comarques catalanes. Madurant la idea vam pensar en posar-hi una placa commemorativa, amb el nom del cim i la seva alçada, amb el què, a més, es faria un servei d'informació.*

Encara que les comarques son 41, tenim 39 cims comarcals, ja que dos d'ells fan "frontera" amb la comarca veïna.

Cada placa serà "patrocinada" per un soci, o una família, o un grup de socis, amb una aportació de 60 €, que cobreix tant el preu de la pròpia placa, com el cost del material necessari per a la seva col·locació.

Atothom que patrocini una placa se li entregarà un diploma de l'Entitat com agraïment.

Comptant amb la col·laboració de totes les Seccions, s'intentarà aprofitar moltes de les sortides i excursions que es facin durant l'any del

100tenari per fer la col·locació de les plaques. Les que així no es puguin col·locar, ja buscaríem la manera d'anar-ho fent (podria ser amb un grup de voluntaris).

ANIMEU-VOS A PATROCINAR UNA PLACA. JA EN TENIM UNES QUANTES D'ADJUDICADES, NO US ADORMIU, QUE S'ACABEN!!!

A Secretaria trobareu la llista per apuntar-vos i per a més informació i detalls us podeu dirigir a EDUARD RUIZ i ROSA M. SOLER.

(Tel: 93.311.77.85)

A continuació vegeu la llista dels cims. Els senyalats amb un * ja estan patrocinats.

	CIM	ALÇADA	COMARCA
*	PICA D'ESTATS	3.140,5	Pallars Sobirà
*	COMALOFORNO	3.029,0	Alta Ribagorça
*	TUC DE MULLERES	3.010,0	Val d'Aran
*	PIC DE PEGUERA	2.942,0	Pallars Jussà
	TOSSA PLANA DE LLES	2.916,0	Cerdanya
*	PUIGMAL	2.913,0	Ripollès

*	PIC DE SALÒRIA	2.789,1	Alt Urgell
	COSTA CABIROLERA	2.603,8	Berguedà
	PEDRÓ QUATRE BATLLES	2.383,0	Solsonès
*	TURO DE L'HOMÉ	1.706,4	Vallès Oriental
*	LES AGUDES	1.706,0	La Selva
*	MATAGALLS	1.697,1	Osona
	TOSSAL DE LA TORRETA	1.676,6	Noguera
*	COMANEGRA	1.557,4	Garrotxa
	EL MOIXER	1.443,3	Alt Empordà
	CARO	1.442,0	Baix Ebre
	TOSSAL DELS TRES REIS	1.356,0	Montsià
*	SANT JERONI	1.236,0	Anoia/Bages
	TOSSETA RASA	1.217,0	Terra Alta
*	ALBARDA CASTELLANA	1.167,3	Baix Llobregat
*	TOSSAL DE LA BALTASANA	1.202,7	Baix Camp/Conca B.
	ROCA CORBATERA	1.163,1	Priorat
*	LA MOLA ST. LLORENÇ DE MUNT	1.104,0	Vallès Occidental
	PUNTA DEL CURULL	1.021,0	Garrigues
	PUNTA DE LA BARRINA	1.010,0	Alt Camp
	PUIGSOU	991,8	Gironès
	CREU DE SANTOS	942,0	Ribera d'Ebre
*	TALAIA DEL MONTMELL	861, 5	Baix Penedès
	TURÓ DEL GALUTXO	854,0	Segarra
	PUIG DE LES AGULLES	848,0	Alt Penedès
	MONTNER	830,0	Pla de l'Estany
	TOSSAL GROS DE VALLBONA	804,0	Urgell
	TURO D'EN VIVES	759,0	Maresme
	PUIG D'ARQUES	535,0	Baix Empordà
	PUIG DE LA MOLA	534,7	Garraf
*	TIBIDABO	512,0	Barcelonès
	PUNTAL DELS ESCAMBRONS	500,0	Segrià
	LA MOLA	318,0	Tarragonès
	TOSAL DE L'INFERN	302,9	Pla d'Urgell

SECCIÓ D'ESCALADA I ALTA MUNTANYA

SORTIDA COL·LECTIVA A LA SERRA DE PRADES

La SEAM comença el 2011 plena de projectes, organitzant el calendari de sortides col·lectives que farem cada últim cap de setmana de mes on hi destaca Orpierre, a l'estat francès, per Setmana Santa; treballant perquè per fi podrem disposar del "bulder" i, sobretot, moltes ganes i empenta.

text i fotos: S.E.A.M.



marca del Baix Camp, on tenim previst passar la nit. Un cop arribem, després de l'obligada parada per esmorzar i agafar forces a Alcover, ens dirigim al camp de futbol del poble on, entre porteria i porteria, aparquem els cotxes. Un cop estem llestos per començar l'aproximació al sector enfilem un camí que surt a la dreta del camp, ràpidament s'endinsa al bosc i baixa per un fort pendent. Tot seguit arribem al sector de Terra Negra on passem tot el dia escalant.

Quan el sol ja no ens escalfa ens veiem obligats a prendre el camí

A la primera sortida de l'any teníem la intenció d'anar a Solius al Baix Empordà. Però les previsions de mal temps en aquella zona ens van obligar a anar cap al sud del país buscant millors condicions meteorològiques.

Així doncs l'últim dissabte del mes de gener ens dirigim cap a Montlral situat a la Serra de Prades, a la co-



de tornada que, tot resseguint el Cingle de Seré, ens retorna al camp de futbol. Alguns ens quedem amb ganes de provar una xemeneia que creuem per sota quan abandonem el sector. Ben segur que hi tornarem algun dia.

Després d'instal·lar-nos al refugi i menjar una mica per recuperar les forces, ja de nit, sortim a donar una volta pel poble, després a sopar i a dormir.

Diumenge al matí ens dirigim al sector de la Paret dels Rogents entre Reus i Montblanc a prop del poble de la Riba. Al sol li costa uns estona venir a acompanyar-nos i això fa que les primeres ascensions siguin una mica fredes. Per sort finalment el sol fa acte de presència i passem tot el dia escalant en una roca excel·lent i en unes vies realment boniques, tot i que, per desgràcia, a pocs centenars de metres hi ha les vies del TAV que cada cop que passa ens dóna un en-surt. Ben entrada la tarda, ja una mica



cansats, ens dirigim a Montblanc on dinem i així, tot menjant i comentant el cap de setmana, donem per tancada la primera sortida col·lectiva de la SEAM de l'any.

Esperem veure'ns a la pròxima sortida a finals de febrer que farem a les sempre especials i boniques parets de Montserrat ●

assegurances

Problemes, dubtes, consultes...

TRUCA'NS

Tel.: 933 190 672

Pino i Cata

De franc per a tots els socis de l'AEC

LA MOLA DE COLLDEJOU (914 m)

BAIX CAMP

Aquesta mola, també anomenada Portell del Llamp, forma part de la serralada d'Argentera, muntanya que juntament amb la de l'Arbolí, separa les comarques del Priorat i el Baix Camp. Més al sud de la Mola i pel coll de Guix, aquestes serres enllacen amb la de Llaberia i en conjunt totes elles, pertanyen a la serralada prelitoral catalana. Formada bàsicament per material calcari i margues del Juràssic, el cim està envoltat de petites cingleres i és molt ampli i planer. A dalt mateix del cim hi ha las restes, encara força conservades, d'una singular, curiosa i antiga fortificació.

L'excursió és molt fàcil, senzilla i còmoda, sense cap mena de dificultat, llevat dels dies amb boira o de fort vent, fenomen habitual en aquests indrets. Molt bones vistes en totes direccions, principalment de l'Alt i Baix Camp, Baix Penedès i Priorat.

ACCÉS

Amb automòbil ens hem de dirigir fins al poble de Colldejou. Per arribar-hi, si venim de Lleida, hem d'anar a Reus i d'aquí a Mont Roig del Camp. Des de Barcelona o Tortosa, també ens hem d'apropar a Mont Roig, però ho farem per la N-340. En aquesta carretera hi ha una desviació que hi porta i que es troba a uns 4,5 quilòmetres passat el nucli urbà de Cambrils venint des de Tarragona, a l'alçada d'una benzinera que hi ha a l'esquerra.

Un cop a Mont Roig, hem d'agafar la carretera que porta a Falset i fer uns 8-10 quilòmetres fins arribar a Colldejou. Cal entrar al poble per l'únic carrer que hi puja i fer 2 revolts per tal d'arribar a la plaça on hi ha l'Església de la vila dedicada a Sant Llorenç. Aquí en aquesta

plaça hi ha lloc per deixar el vehicle.

RECORREGUT

En resum, l'excursió ens du des de Colldejou, en direcció ponent, al coll del Guix, pas entre el Baix Camp i el Priorat. Un cop al coll, girarem a la dreta per agafar un camí que, en direcció nord, ens portarà fins una carena que també cap a la dreta (direcció NE.) ens atansarà al cim. Gairebé tot el recorregut està senyalitzat per marques del GR-7 i GR-7-3.

Les referències més importants i horaris aproximats de l'excursió són:

0 minuts. Plaça de l'Església de Sant Llorenç (420 m). Sortim passant per davant de la porta de l'Església i agafant el carrer del Forn que, en forta pujada, ens enfila al cap d'amunt del poble. Un cop dalt i quan el darrer carrer perd el revestit de ciment, s'entra en una pista planera de terra.

8 minuts. Pal indicador. (460 m) A la nostra dreta, assenyala que a Llaberia hi ha 6,6 km. Ara la pista fa una lleugera baixada (-15 m), passa un revolt a l'esquerra des d'on surt una altra pista

també a la nostra esquerra i que porta a uns camps. Tot seguit l'esmentada pista recupera l'alçada perduda.

10 minuts. Trencall i Pal indicador. (450 m) Agafem la pista planera de l'esquerra seguint les marques del GR-7. No hem de fer cas al que diu el pal indicador, car aquest assenyalava la pista de la dreta com la que du al coll de Guix que és on anem. Per aquesta pista que puja cap a la dreta, sí que es va a l'esmentat coll, però ho fa fent volta i és més recomanable per les B.T.T. Anem per camps de conreu, amb avellaners i ametllers, deixem a la dreta un Mas enlairat i a l'esquerra una pista que baixa a un altre Mas. La pista fa alguna pujada i en un tros es troba revestida de ciment.

30 minuts. Trencall i Pal indicador. (480 m) Deixem una altra pista i seguim cap a ponent. S'acaben els camps de conreu i ens trobem dins del bosc. La vegetació és típica de la mediterrània, pi, alguna alzina i matolls com l'argelaga, arítjol, esbarzers, romaní o bruc. La pista fa un revolt i en 2 minuts arriba a un nou trencall

32 minuts. Trencall i Pal indicador. (490 m) De la nostra dreta ve la pista de B.T.T. que hem deixat a la sortida del poble. Seguim la pista pel bosc, en pujada, fem algun revolt i poc abans d'arribar al coll, aquesta torna a estar encimentada. Seguim el GR.

50 minuts. Coll de Guix. (640 m) Just abans d'arribar-hi, a la nostra dreta, enlairat hi ha un cartell metàl·lic que indica la pujada a la Mola pel coll Roig.

Seguim uns 30 metres i on s'acaba el pòrtland, hi ha un nou pal indicador, aquest de fusta. Aquí deixem la pista i ens desviem cap a la nostra dreta per un camí, planer, seguint les marques del GR. i que s'endinsa cap el bosc.

55 minuts. Desviació (665 m) El camí del GR. segueix cap a l'esquerra per anar a La Mola donant el tomb pel portell de les Processons. Nosaltres seguirem pel corriol de la dreta que té unes marques blaves i també puja a La Mola de manera més dreta i menys exposada al vent. De mica en mica el bosc clareja, ara abunda el garric i el ginebre i ens anem apropant a una petita cingleira, tot seguint les marques blaves.

1 hora i 10 minuts. Petit cingle. (790 m) El camí el supera fent dos revolts i al cap d'amunt se'n va de flanc, cap a la dreta, direcció NE. fins que uns metres més endavant, a l'alçada d'una matarrada d'alzines molt esmerlides, es perd juntament amb les marques blaves. Cal fixar-se en aquest indret per tal de reconèixer-lo de cara a la tornada. Aquí girem a l'esquerra i per terreny sense arbres, entre pedres i matolls, ens enfilem direcció nord per una petita vall, per tal d'anar a cercar la carena. En aquest indret hi destaquen les porrasses.

1 hora i 25 minuts. Carena. (880 m) Hi arribem a l'alçada d'una bassa d'aigua que es troba a l'altre cantó de la carena. Aquesta és pedregosa i amb algun matoll molt socarrat pel vent. Girem a la nostra dreta seguint la carena que du direcció ENE.

1 hora i 35 minuts. Mola de Colldejou o Portell del Llamp. (914 m). Molt ampli, planer amb una edificació circular de pedra, mig en runes i a tall de fortificació. En el seu interior, el pati també circular, deu fer uns 6 metres de diàmetre, per fora està envoltat d'un petit fossat. Val la pena arribar-se a l'extrem NE. del cim on hi ha un pessebre i uns estimballs per damunt del poble de Colldejou. Molt bones vistes.

HORARI

Pujada d'una mica més de 1 hora i baixada de poc menys d'1 hora.

DESNIVELL

El desnivell acumulat de l'excursió és de 545 metres de pujada i de baixada.

ÈPOCA

Es convenient anar per aquests indrets a finals de tardor, hivern o com a molt a començaments de primavera. La resta de mesos la calor fa molt feixuga l'excursió.

PUNTS D'INTERÈS

Recorregut: La vegetació, el relleu del terreny, les bones vistes i la singular fortificació que hi ha al cim són punts de notable interès.

Des del cim i el seu entorn, si fem una mirada ràpida cap al nord ens permetrà contemplar la serra del Montsant amb tota la vall de Siurana. Un pel cap

a llevant hi ha els cingles de l'Arbolí i la serra de la Mussara. A llevant tenim totes les planes del Alt i Baix Camp i Penedès, distingint-se perfectament en dies clars les viles de Valls, Vendrell o Reus i la serra del Montmell.

Cap el sud destaca tota la costa Mediterrània amb les seves localitats i l'orografia de costa, com la punta del cap de Salou. Prop nostre, en la part muntanyosa hi ha la serra de Llaberia, just després del coll de Guix, per on venim. A ponent veiem diferents serralades com les de Tivissa o la de Cavalls. Al fons els Ports de Tortosa Beseit són inconfusibles.

CLIMA I VEGETACIÓ

El clima és típic mediterrani. Poca pluja, dies de forta calor i per la posició del indret, fort vent. Les èpoques més plujoses solen ser a la tardor coincidint amb temporals de llevant.

La vegetació també és de caire mediterrani, bosc de pi i d'alzines i matolls variats.

EQUIPAMENT

Motxilla, barret, ulleres, crema solar i roba d'abric a l'hivern. És molt aconsellable roba protectora del vent. La ruta es pot fer amb calçat tou. També recomanem dur una màquina de retratar i uns prismàtics. És aconsellable dur aigua, doncs no en trobarem pel camí.

Barcelona a 14 de gener de 2007

Socis 1715, 1716 i 1717 •

SECCIÓ DE CULTURA

CURSET DE SARDANES

Tots els dilluns, del 4 d'abril al 27 de juny de 19:30 a 20:30 a l'Agrupació es farà un curset de sardanes. Si vols passar-t'ho bé apunta-t'hi.

Preu del curset (trimestre) 30 euros. Us esperem •

VISITA A LA SAGRADA FAMÍLIA

El dissabte 28 de maig a las 11:30 del matí anirem a visitar el temple de la Sagrada Família.

La visita ens la guiarà mossèn Bonet, rector i germà de l'arquitecte del temple. Si us sembla bé posarem un preu simbòlic de 5 euros, ja que encara que la visita és gratuïta donarem una almoïna (crec que és el que normalment es fa en aquest casos) •

TURISME EQÜESTRE variació

La sortida dels cavalls al Maresme-Montnegre és ara el 26 i 27 de març. L'inscripció es tanca el 18 de març •

CAIAC MALLORCA

Per aquesta Setmana Santa, tenim previst anar a la zona de Mallorca. La idea és fer el Nord de la costa de Mallorca, tot resseguint la Serra de Tramuntana. Depenent de les condicions meteorològiques, es podria canviar d'ubicació, com per exemple la part Sud de l'illa, etc.

La sortida seria de dijous, 21, a dilluns, 25 d'abril 2011. (Possibilitat de sortir el dimecres a la nit, per confirmar). Els bitllets poden sortir per uns 166-200 €.

Per tal de treure els bitllets amb temps i poder organitzar els cotxes, furgó, remolc, etc, siusplau, qui estigui interessat, que contacti amb el Santi.

(Tel. 655 80 25 56) •

SORTIDA AMB TREN

CAMPDEVÀNOL - PUIG DE LA BATALLA – CAMPDEVÀNOL

Recorregut circular amb inici i final a l'estació de tren de Campdevànol

La ruta és molt variada, amb pendents suaus, exceptuant un tram de l'ascensió al Puig de la Batalla des del Coll del mateix nom. L'itinerari combina una primera part de pista de terra i camins entre bosc amb l'ascensió al Puig de la Batalla i el descens a Campdevànol, passant pel Puigcorber per camins i corriols amb bones vistes.

LLOC: Campdevànol (730 m) – Sant Pere d'Auria - Puig de la Batalla (1.051,8 m) - Puigcorber – Campdevànol

COMARCA: Ripollès

RECORREGUT: 13 km (aproximadament)

DESNIVELL: 480 m (acumulat)

HORARI: 4 h (aproximadament)

DIFICULTAT: Fàcil

ÀPATS: Esmorzar i dinar de carmanyola

MATERIAL: botes de tresc, roba d'abric, crema solar, aigua, càmera de fotografia i prismàtics.

DATA: 20 de març del 2011

HORA I LLOC DE TROBADA: 7:30 h a l'estació de Sants, davant de la guixeta núm. 7

VOCAL: Manuel Cabanillas
(Tel. 933 305 013 / 617 584 527) ●

PASSEJADA AMB BICICLETA PEL DELTA DEL LLOBREGAT

Si tens ganes de fer una passejada amb bicicleta per les planes del Llobregat i el seu delta, el 23 de març t'esperem a l'Agrupació per preparar la sortida.

No importa si no tens bicicleta, gestionarem com aconseguir-la, l'important és que tinguis ganes de deixar per un dia el senderisme i veure el paisatge des d'un altre angle.



Tema: Xerrada per a organitzar una sortida matinal amb bicicleta

Dia: Dimecres, 23 de març 2011

Hora: 20:30 h

Lloc: Sala d'actes de l'Agrupació ●

dm 1	A.E.C.	Reunió de junta
ds 5-7	caiac	Ebre alt (Saragossa)
dg 6	S.E.M.	Bateillance (Túnel de Bielsa)
dm 8	veterans	Reunió mensual
dc 9	muntanya	Passi fotos: Kilimanjaro
ds 12	muntanya	Senderisme: Camí de Sant Jaume: 3ª etapa. De Viladesens a Bescanó, 21 km
ds 12 i 19	A.E.C.	Curs de primers auxilis
dg 13	muntanya	Piló dels Senyalets. Serra de Montsant
dj 17	S.E.A.M.	Reunió preparatòria sortida Vilanova de Meià
dj 17	S.E.M.	Reunió preparatòria sortida Boï-Taull
ds 19-20	infantil	Sortida
dg 20	muntanya	Excursió amb tren. Campdevàrol: Puig de la Batalla
ds 26	muntanya	Senderisme: 5a etapa, Olot-Mataró. D'Arbúcies a Riells
ds 26-27	S.E.A.M.	Vilanova de Meià
ds 26-27	eqüestre	Cavalls al Maresme - Montnegre
dg 27	muntanya	Excursió al Montsant
dg 27	S.E.M.	Travessa Boï Taull - Vall de St. Martí
dj 31	S.E.M.	Reunió preparatòria sortida Monteixo
entre setmana	caiac	Sessions de tallers tècnics en piscina

Per problemes de disponibilitat de la sala, el lliurament de premis del **Concurs de fotografia digital** de muntanya "Memorial Agustí Torrents i Barrachina", es realitzarà el divendres, **20 de maig** de 2011, a la Sala d'actes del Centre Cultural Sagrada Família, al carrer Provença, 480 - Barcelona a les 20 h. Durant l'acte es projectarà el film "The Asgard Project", premiat a: Mendi film Festival de Vitòria, Gran Premi Vila de Torelló, Kendal Mountain Film Festival, Banff Mountain Film Festival Canadà... •

ds 2-3	ciac	Embassament de S. Anna i Llosa del Cavall
dll 4	infantil	Reunió de pares
dll 4	cultura	Inici curset de sardanes (19:30-20:30 h)
dm 5	A.E.C.	Reunió de junta
ds 9	muntanya	Senderisme: Camí de Sant Jaume. De Sant Esteve d'en Bas a l'Esquirol. 19 km
ds 9	muntanya	Prades - Siurana (Josep Bou)
ds 9-10	infantil	Sortida
ds 9-10	caiac	Curs d'esquimotatge en piscina climatitzada
dg 10	S.E.M.	Monteixo
dm 12	veterans	Reunió mensual
dj 14	S.E.A.M	Reunió preparatòria sortida Ospierre
dv 15-21	muntanya	Senderisme per la serra de Tramuntana. Mallorca
dj 21-25	S.E.A.M	Orpierre (Estat francès)
dj 21-25	Caiaç	Setmana Santa a Balears
dj 28	S.E.M.	Reunió preparatòria sortida La Besurta
ds 30	muntanya	Senderisme: De Riells a Vallgorguina
ds 30-1	muntanya	Ports de Beseit. Matarranya. (L. Tarruella)
ds 30-1	equestre	Ports de Beseit. Matarranya
entre setmana	caiaç	Sessions de tallers tècnics en piscines
tots els dilluns	cultura	Curset de sardanes

OLOT-MATARÓ

5a etapa

Sortida: Dissabte, 26 de març

Recorregut: D'Arbúcies a Riells del Montseny o Ermita de Sant Llop

Distància: 1ª opció: 10 km

2ª opció: 15 Km.

Desnivells: +400m – 200/500m

Descripció:

Anant cap a Mataró el camí ens porta pels voltants del parc del Montseny i en aquesta etapa sortirem des d'Arbúcies. Proposem dos recorreguts amb desnivells i llargades diferents. Quan arribem a Riells es podrà escollir continuar caminant fins a l'Ermita de Sant Llop o pujar a l'autocar.

Hora de sortida amb autocar:

7 del matí a Palau Reial

7:15 Sagrada Família

(Provença - Sardenya)

7,30 Fabra i Puig (estació de tren)

Preu:

Socis: 36□

Socis online: 41□

No socis: 49□ (inclou assegurança individual d'accidents)

Tots aquests preus inclouen el transport amb autocar i dinar de restaurant.

Cal portar calçat per anar per la muntanya i bastons.

Inscripcions: fins dimecres, 23 de març, a les 21 hores ●

CAMÍ DE SANT JAUME

De Sant Pere de Rodes a Montserrat, 3a etapa

Sortida: dissabte, 12 de març

Recorregut: De Bàscara a Bescanó

Distància: 24,8 km

Desnivells: Inapreciables.

Descripció: A la darrera etapa varem anar de Bàscara a Orriols cap a l'esquerra i en aquesta etapa, anirem de Bàscara cap a Vilademuls, a la dreta. Continuarem gaudint de poblets agrícoles i ramaders que preserven la seva bellesa d'una natura genuïna que no s'ha deixat manipular pel pas del temps.

Com passat Medinyà hi ha trams propers a la N-II, l'autocar ens acostarà fins a Sarrià de Ter, per entrar caminant a Girona, fer tota la devesa fins a Salt i a continuació seguint el Ter fins a Bescanó.

Hora de sortida amb autocar:

7 del matí Sagrada Família (Provença

- Sardenya)

7,15 Fabra i Puig (estació de tren)

Preu: Socis: 20□, Socis online: 23□,

No socis: 29□ (inclou assegurança individual d'accidents)

Tots aquests preus inclouen el transport amb autocar. Cal portar el dinar.

Cal portar calçat per anar per la muntanya i bastons.

Inscripcions: fins dimecres, 9 de març, a les 21 hores ●

MUNTANYA SERRA MAJOR DEL MONTSANT (Priorat)

Oberta a: Exclusivament a socis de l'Agrupació.

Data sortida: Diumenge, dia 27 de març de 2011.

Lloc de trobada: Palau Reial, Diagonal cantonada Tinent Coronel Valenzuela.

Hora de sortida: 07:00 del matí

Desnivell: +350 m -350 m

Recorregut: Uns 16 km

Durada prevista: Tot el recorregut el podem fer en 5 hores, sense comptar parades.

Dificultat: Mitjana.

Transport: Vehicles particulars.

Informació: A l'Agrupació el dijous 24 de març a les 20:30.

Equipament: botes de tresc, roba d'abric i protectora del vent, aigua...

Cal portar: Esmorzar que farem veient la preciosa vista de Siurana i el seu pantà. Dinarem a Santa Magdalena on podrem prendre cafè o infusions.

Vocal: Rosa Miller, tel. 654846225

Resum de la sortida:

Sortirem d'Albarca (815 m) en direcció al massís del Montsant, seguint el GR 171 que no deixarem fins a Santa Magdalena. Passarem pel pla dels Hostalets on hi han les runes de les antigues posades que ens recorden que per aquí passava el camí ral que unia Reus i Figueras. Pujarem al Montsant pel Grau Gran

fins a l'ermita de la Mare de Déu. Crestejant i flanquejant veurem la Vall del Silenci als nostres peus i el poble d'Ulldemolins al centre. Arribarem al Pi de la Carabasseta (1.030 m) i ja descendirem fins a Santa Magdalena on agafarem la pista que ens retornarà a Albarca. Excursió pel parc natural del Montsant i on ens acompanyarà un amic, en Jordi de la vila de Reus, que és un expert en botànica i que en el transcurs de la ruta, ens comentarà alguna de les plantes medicinals que trobarem ●

MUNTANYA PRADES SIURANA

Data: Dissabte, 9 d'abril

Descripció: Visitarem Prades, la vila vermella i, després d'un itinerari de carena amb lleugeres ondulacions, arribarem i visitarem Siurana, últim reducció dels moros.

Recorregut total: 12 km

Desnivells: +100 m -300 m

Hora de sortida amb autocar:

7 del matí Sagrada Família

(Provença- Sardenya)

7:15 a Palau Reial

Preus: Socis: 35 □.

Socis on-line: 40 □.

No socis: 45 □.

Tots aquests preus inclouen el transport amb autocar i dinar de restaurant.

Cal portar: aigua i calçat per anar a la muntanya i es recomana bastons.

Vocal de la sortida: Josep Bou
(Tel. 687 731 276) ●

CAMÍ CATALÀ DE SANT JAUME

DE SANT PERE DE RODES A MONTSERRAT

1ª etapa: Port de la Selva - Perelada (29-1-11)

Text: Rosa M. Soler. Fotos: Eduard Ruiz

L'Eduard i jo ens esperem a Fabra i Puig i puntualment arriba l'autocar a de 8 del matí. Hi entrem ben ràpid (a fora fa fred!), i quedem sorpresos per la quantitat d'excursionistes, coneguts uns i nous d'altres, que s'han apuntat a aquesta nova proposta.



Tot xerrant i fent gresca fem camí cap al nord per l'autopista. Al fer-se de dia veiem que al cel hi ha majoria de clarianes i això ens fa pensar que potser fallaran les prediccions de pluja, que han fet que alguns dels que s'havien apuntat, se'n desdiguessin.

Després d'esmorzar en una àrea, prop de Figueres, ens posem de nou en marxa i aviat veiem una gran nuvolada negra precisament cap a la costa, on ens dirigim. Al acostar-nos comprovem que no només està núvol, sinó que hi plou.

Al Port de la Selva està caient un aiguat que Déu n'hi do, però amb una moral de ferro sortim tots de l'autocar i ens posem les capelines per iniciar el camí.

Quan estem a punt, la veu de la prudència s'imposa i ens diuen que tornem a pujar a l'autocar, que al menys ens acostarà una mica a l'inici del camí, evitant-nos la "passejada" sota la pluja pels carrers del Port de la Selva. Ens deixen en un mirador del camí de ronda, arran de mar. La pluja ha afluixat un mica i comencem a caminar tot veient les onades petant contra les pedres, però pendents sempre d'on posem els peus, ja que per tot arreu baixen grans xaragalls d'aigua que travessen el camí i hi formen grans bassals.

Aviat abandonem la línia de la costa i girem cap a l'interior, per agafar el camí que després de travessar la carretera, inicia la pujada cap a Sant Pere de Rodes, per la Vall de Sta. Creu. El camí voreja la Riera de la Vall, avui ben plena (encara que ens diuen que



habitualment, amb prou feines du aigua). A l'altra vessant i més amunt es veu el petit poblet de La Vall de Sta. Creu, per on hem de passar.

Ha parat de ploure i comencen a sortir tímides ullades de sol. Això ens anima i avancem més animats malgrat que ens veiem obligats constantment a fer equilibris per no ficar-nos de peus en els grans tolls d'aigua que hi ha arreu. El camí cada cop es fa més estret, fins que ens obliga a caminar en fila índia.

Quan més confiats estem, notem que els del davant s'aturen i van passant cap a enrera la notícia de que el camí travessa la riera, però que baixa tan plena que no sembla factible passar. De mica en mica ens atensem tots a fer el xafarder per veure el punt de pas en un lloc un xic engorjat i on la riera fa un petit saltant.

Baixa tal volum d'aigua i tant fangosa, que no es veu el fons i tots estem d'acord de que seria una imprudència provar de travessar. Després de diversos intents infructuosos per trobar un pas més amunt o més avall, deci-

dim tornar enrera cap a la carretera tot discutint la jugada de què cal fer a continuació.

El temps sembla haver-se arreglat i fins i tot ha sortit l'Arc de St. Martí, però ja són quarts d'una i finalment es decideix telefonar al xofer de l'autocar, per a que ens reculli i ens pugui a Sant Pere de Rodes per la carretera. Mentre esperem l'autocar, tornem cap a la vora del mar i aprofitem per fer fotos, ganyipar una mica i... assecar les capel·lins.

Arribem a l'aparcament de Sant Pere de Rodes. Com que és molt tard, no ens apropem al Monestir, que veiem només de lluny (quina llàstima!) i sense aturar-nos ens dirigim de seguida cap al proper poblat de Sta. Helena, del qual es conserva dempeus només l'església d'origen preromànic. Després de travessar les ruïnes del poblat agafem un ample camí de baixada que aviat canvia de vessant, deixant enrera el Port de la Selva i obrint les vistes cap al Golf de Roses i els aiguamolls de l'Empordà.

Baixant per uns agradables bosquets de pins veiem lluir les aigües



del Golf sota un sol que va i ve entre els núvols. Després de la Creu Blanca, que marca el límit de les terres que eren propietat de St. Pere de Rodes, comença una forta baixada cap a Pau passant per uns aspres terrenys, plens de marges amb parets de pedra seca que ens mostren fins a quin punt antigament s'aprofitava tot el terreny.

Travessem el poble de Pau per carrers ben buits en aquesta hora, més pròpia per estar dinant o fent la migdiada. Passem per davant de l'antiga església i tot seguit en sortim per fer camí cap a Vilajuïga, on arribem per terreny totalment pla, a quarts de quatre de la tarda, sota un cel de nou ben tapat... i mig morts de gana.

En Quim ens havia assegurat que podríem dinar a cobert i així va ser: Vam trobar el nostre fidel autocar al costat del Centre d'Acollida Turística, que disposa d'una sala-bar, on ens vam instal·lar, després de recollir les carmanyoles i entrepans que havíem deixat a l'autocar. Vam dinar entremig de gresca i bona companyonia, compartint menges i begudes.

Després de dinar hi havia dues opcions: Seguir caminant fins a



(foto: Antonio Molina)

Perelada, o bé anar-hi amb l'autocar i així poder visitar una mica el poble.

Una majoria va decidir caminar, però una quinzena vam optar per la segona opció (ens feia molta mandra arribar de nit i la possibilitat d'una nova remullada).

Així que vam pujar a l'autocar, que ens va dur fins a Perelada (després d'alguna marrada involuntària). Vam voltar per tot el poble, admirant els seus carrers i places, fins que es va fer de nit i ens vam refugiar en un petit bar a fer un cafetó i a menjar una coca boníssima que una companya havia comprat, tot fent temps per a que arribessin els caminadors.

Quan vam tornar cap a l'autocar, tot just arribaven, també ben contents i ràpidament ens vam posar en marxa cap a Barcelona. Al cap de pocs kilòmetres ja tornava a ploure, però ara rai!

Tot i la pluja ho hem passat molt bé, i restem impacients per fer la segona etapa •

La Creu Blanca (foto: Eduard i Rosa M)



CAMÍ CATALÀ DE SANT JAUME

DE SANT PERE DE RODES A MONTSERRAT

2^a etapa: Santa Llogàia d'Àlguema a Viladasens

(12-2-11)

Text: Rosa M. Soler

A de 8 del matí arriba l'autocar a Fabra i Puig i hi pugem uns quants que acabem de completar la colla que s'ha apuntat a aquesta 2^a etapa.

En total sumem al voltant de 40 persones (una mica menys que a la primera etapa).

Llogàia d'Àlguema (foto: Eduard Ruiz)



Parem per esmorzar a la mateixa àrea de l'autopista del primer dia i de seguida marxem cap a Sta. Llogàia d'Àlguema. L'autocar ens deixa abans d'entrar al poble, prop d'unes naus industrials, on li es més fàcil maniobrar i ràpidament iniciem la caminada.

Les boires baixes que ens han acompanyat durant tot el viatge, es comencen a esquinçar i surt un solet ben

agradable. Sembla clar que avui no ens mullarem. Així i tot, alguns escarmenats de la primera etapa, portem capel·lina o paraigües a la motxilla...

L'itinerari és pràcticament pla, i passa per els pobles de Sta. Llogàia, Borrassà, Creixell, Pontós, Bàscara, Orriols i Viladasens, units per camins sempre amples, tipus pista, que transcorren per paisatges ben variats i amb grans contrastos.

Majoritàriament ens movem entre camps de conreu i per boscos d'alzines molt agradables, però en alguns moments es inevitable topar amb la "civilització", i ens trobem amb ponts sobre o sota l'autopista A-7 i la línia de l'AVE, i també algun tram de carretera asfaltada. És el peatge que cal pagar al circular per una zona tant humanitzada com la que travessa aquesta part del camí de St. Jaume.

Això queda sobrerament compensat per el gran interès que tenen els pobles de totes mides per on anem passant, tots ells amb antigues cases



de pedra més o menys restaurades, esglésies interessants i fins i tot algun castell. Cada un d'ells donaria per quedar-s'hi una bona estona, però no pot ser... així no arribaríem enlloc! Ens hem d'acontentar en donar una ràpida ullada tot passant i fer quatre fotos.

A quarts d'una del migdia arribem a Bàscara, on ens espera l'autocar, per a poder recollir els entrepans i/o carmanyoles amb el dinar. Alguns aprofiten per fer una cerveseta i altres per donar un cop d'ull a la Plaça Major, situada dins de les antigues muralles.

Després d'aquesta aturada, continuem la marxa fins a Orriols. Cercant un lloc on fer parada per dinar, ens apropem a l'entrada del magnífic castell-palau, que actualment és ocupat per un restaurant, i podem entreveure el seu interior molt ben arreglat.

Finalment ens instal·lem en unes grades d'un camp d'esports a l'aire lliure (sembla que està obert per casua-

litat, perquè algú ho ha llogat per una celebració). Això ens permet una certa comoditat, ja que també estan oberts els lavabos i inclús unes màquines de begudes.

Ben descansats i ben dinats, seguim camí fins a Viladasens, on arribem passades les 4 de la tarda. L'autocar ens espera a la sortida del poble i per arribar-hi ens cal passar per un seguit de carrers, buits de gent, però plens d'antigues cases senyoriales, un bon final pel dia.

Després que uns quants facin una sessió d'estiraments (sort que no ens veia ningú...), pugem a l'autocar i ens posem en marxa, amb idea de fer una paradeta per fer un cafetó o una cervesa ja que no hem pogut fer-ho a Viladasens on no hem vist cap bar obert.

Finalment, però, la soneta i la mandra ens vencen i, a la "consulta popular" feta per en Quim, votem per unanimitat per no fer parada i anar directes a Barcelona. Al baixar de l'autocar, les cames es queixen... Això em passa per no haver fet els estiraments. El proper dia m'hi hauré d'apuntar ●



VALL DE BARGADÈRA

Per Eduard Ruiz i Rosa M. Soler

Tot buscant la neu i conèixer nous paisatges, el passat 16 de gener vàrem anar a la Vall de Bargadèra, amb la intenció de pujar al Pujoalbo (2.500 m)

Pleta dera Lana (foto: s.e.m.)



Aquesta vall, situada a la Vall d'Aran, en paral·lel i a la dreta de la vall de Valarties, és molt encaixonada en la seva part inferior i per això pràcticament no es veu des de la carretera. Per accedir a la seva part superior cal agafar una pista forestal que surt d'Escunhau i que puja fent llargues llaçades pel bosc, fins a la Pleta dera Lana (1.800 m), on hi ha una cabana en força bon estat amb taules, bancs i llar de foc (no hi ha lliteres).

Malgrat que la pista és ampla, no està en gaire bon estat i com que està totalment orientada al nord, vam començar a trobar plaques de gel ben aviat, fins que en arribar a una corba,

cap als 1.500 m d'alçada, ja no vam poder avançar més. Total que ens va tocar carregar els esquís a l'esquena i començar a caminar pista amunt, tot dient-nos allò de "a la propera corba, segur que ja ens podrem calçar els esquís"... Però no va ser així: Van ser uns 8 km de pista realment pesats (sobretot a la tornada).

Al final de la pista ens vam trobar dos cotxes tot terreny d'uns francesos al costat de la cabana, on sembla que havien fet nit. Fem una parada i valorem si continuar o no, ja que la neu encara és molt discontinua.

Finalment ens vam dir que després de carregar esquís tanta estona,

valia la pena pujar una mica més a veure si els podíem aprofitar. Finalment cap als 1.900 m ens calcem els esquís, per remuntar la suau coma que queda tancada al sud per la Serra de Rius, fins a arribar a l'Estanyot d'Escunhau, arrecerat al vessant nord de la Serra i totalment tapat per la neu. A partir d'aquí girem a l'esquerra (est) i seguint la traça dels francesos, embrenem la pujada per una coma cada cop més dreta.

Tot pujant, veiem que la traça es dirigeix a un collet més a la dreta del que volíem anar, però decidim seguir-la, ja que hi ha una neu cros-ta "de manual" i donat que algú s'ha matat obrint traça, val la pena aprofitar-la. A més el Pujoalbo està força pelat de neu.

A la part superior de la vall ens trobem els francesos que baixen, a base de voltes maria i alguna trompada. La veritat és que l'estat de la neu no donava per gaire més.

Després d'uns últims metres bastant drets i amb la neu un xic dura (sort de les ganivetes) arribem a un collet a l'esquerra de la Tuca dera Aubeta. Fa un dia preciós i el paisatge és fantàs-



L'Estanyot d'Escunhau (foto: s.e.m.)

tic: Tenim gairebé als peus La Restanca i ben propers el Montarto i el Tossal de Mar i més lluny un mar de cims. Tot badant, fem un mos i estudiem per on baixarem per "patir" el menys possible pel mal estat de la neu.

Quan ens hi posem, decidim fer una llarga diagonal i anar a buscar unes pales més assolellades. Això fa que, en alguns trams, trobem la neu un xic més compactada i puguem baixar amb "un mínim de dignitat" i poques voltes maria. Passat el llac, la neu millora i gaudim força. Llàstima que s'acaba aviat.

Després d'una altra paradeta a la cabana, embrenem la caminada final fins a la furgoneta, on arribem amb els peus "fets caldo", però contents per haver conegut un nou escenari ben bonic per l'esquí de muntanya... sempre que la neu hi acompanyi, és clar ●

Entre la Tuca i el Cap d'era Aubeta (foto: s.e.m.)



AIGUAMOLLS DE L'EMPORDÀ

12 de febrer de 2010

Per Jordi Romagosa (soci 1224)

A les 7:05 arrenca l'autocar amb la colla de Pedralbes.

Recollim més excursionistes a Sagrada Família i,

finalment, recollim la darrera a Fabra i Puig,

som una trentena. Enfilem l'autopista.

La bonior de les converses ens acaba de desvetllar.

Callem uns moments quan en Bou

ens fa la presentació de n'Àlex -ornitòleg-

i aquest ens fa avinent el programa per avui.



(foto: Josep Bou)

Parem per esmorzar i atendre altres necessitats, a l'àrea de La Selva; no ens hi entretenim gaire i a ° d'onze, sota un cel lleganyós, armats amb els binocles, propis o que ens ha proporcionat n'Àlex, ja estem caminant cap a la primera guaita i allà, a la llacuna del Cortalet comença l'observació d'aus aquàtiques i les explicacions de l'ornitòleg per a fer-nos capaçs de distingir entre ànecs, xarxets, collverds, cullerot i ànecs blancs. Seguim l'itinerari i ara són les cigonyes, que enfilades als seus

nius, i amb els seus "clap, clap, clap..." criden l'atenció de les seves femelles, de nosaltres i dels nostres aparells fotogràfics. Entrem a un altre guaita, aquí la llum, que ve de la nostra esquena, ens ajuda a veure amb més detall la munió d'aus que neden a la llacuna: 1 cigne, cullerots, un petit grup de corbs marins i un estol de fredelugues que alça el vol mentre nosaltres som a la barraca, entusiasmats amb la visió i procurant mantenir el silenci. Al sortir de la barraca, el cant d'un rossinyol bord ens saluda. Anem caminant cap

a la platja, a l'altre banda de la barana, unes quantes vaques ens contemplen potser encuriosides, fem parada i gràcies a la potent ullera de n'Àlex podem veure un xoriguer que s'està parat al brancatge d'un arbre de l'altra banda del prat. Seguim camí cap a la platja i encara veiem l'aligot i l'arpella. Arribats a platja de Sant Pere Pescador (dins del parc natural dels Aiguamolls) S'arrodoneix l'observació amb l'excepcional presència d'un esbart de calàbries àrtiques, capbussons emplomats, més corbs marins i gavines.

El retorn a l'autocar es fa a bon pas, el passeig ens ha obert la gana. L'autocar ens du fins a la masia/botiga/restaurant "Herbamel" de Fortià. Un dinar variat, abundant i gustós acabat amb una important varietat de postres per poder triar, el cafè i finalment uns magnífics espirитуosos, alegren els cors i indueixen a la mandra, doncs no! Ara hem de tornar a la primera guaita d'aquest matí per veure-hi els ocells a l'hora de la posta del Sol.

Sortim a fora i un núvol d'estornells ens ofereix un espectacle



(foto: Josep Montagut)

d'acrobàcia aèria, quedem bocabadats seguint les evolucions d'aquella multitud d'ocells. Ells s'escampen i nosaltres pugem a l'autocar que ens retorna al Parc dels aiguamolls, entrem a l'aguait dels roncaires, podem tornar a veure una concentració de fredelugues que ja es preparen per a dormir a l'estany, ara de color taronja.

Tot tornant a l'autocar, el Sol de color vermell encès, en el seu ocàs, s'emmiralla en la llacuna i ens obsequia amb l'incomparable espectacle de la seva quotidiana bellesa. Tornem a ser a l'autocar, sortim a la carretera.

Es va fent de nit, aquell rum rum de converses que teníem al matí ara no hi és, molts i moltes clapen i els que parlen ho fan respectuosament baixet per no despertar-los. De tant en tant un mòbil sona un instant i algú parla amb els de casa per a dir-los que tot ha anat molt bé.

Entrem a Barcelona i l'autocar es va buidant amb les tres parades ja tradicionals. A Pedralbes ens acomiadem els darrers i deixem que el xofer acabi la seva feina anat a guardar l'autocar.

Gràcies Josep i Francina ●



(foto: Jordi Romagosa)

CURSET PRIMERS AUXILIS

per David Ortiz



Al local de l'Agrupació 14 dels monitors de la SIJ hem participat al curset de Primers Auxilis impartit per Oracio, instructor de la Creu Roja.

El curset ha constat de dos dissabtes amb 5 hores cadascun, en els quals l'instructor de la Creu Roja ens ha fet practicar immobilitzacions, embenats compressius i la tècnica RCP (Reanimació Cardiopulmonar).



(foto: Pau de Anguera)

També hem vist com actuar en els casos d'hemorràgies, insolacions i cops de calor.

La experiència ha estat molt positiva, i ens ha servit per aprendre i refrescar les tècniques i formes d'actuar en cas d'un accident a la muntanya o a la vida quotidiana ●

(foto: Pau de Anguera)



Laboratori de Viatges

Darrere el web del Laboratori trobaràs algú que t'escolta.
Sabem de Viatges des del 1971.

www.laboratorideviatges.cat

ricanyelles@laboratorideviatges.cat * Tel.: 664 29 80 82
Consultoria gratuïta per als socis de l'A.E.C.

Josep Dalmau i Castanyer
 Laia Meritxell Trullén Gómez
 Marc Ayala Hernández
 Lluís Oliveres Eixut
 Jordi Bau Cañas

Dorys Sabando Rojas
 Vicenç Guiral III

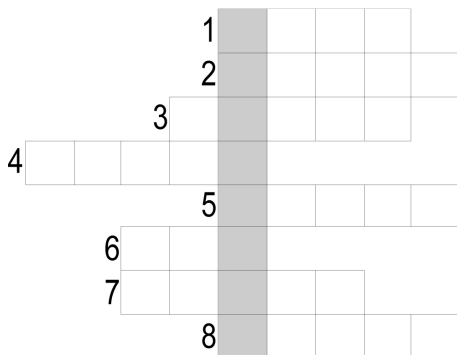
La nostra més cordial benvinguda i el desig d'una
 ben profitosa estada a l'Agrupació ●

PAGAMENTS

Es demana que es facin els pagaments de les diverses activitats al compte de l'A.E.C. a "La Caixa": **2100 3282 66 2200054492**.

Important: no oblideu d'indicar el vostre **nom** i el **concepte** ●

LA SORTIDA DELS XERPES



Aquest cap de setmana els Xerpes ens ho hem passat molt bé, tot i les temperatures negatives! Si voleu endevinar on hem anat, haureu de resoldre aquest passatemps. Encerteu les paraules en horitzontal per descobrir la paraula vertical en negreta; que és el lloc on hem dormit ;)

- 1- Transport que han fet servir els Treking.
- 2- Nom d'una xerpa.
- 3- Mot que és majoria al grup.
- 4- Ocell groc i negre.
- 5- Té tots els colors.
- 6- Tots volem que hi hagi al món.
- 7- Nom d'un xerpa.



Corredor Pombie-Suzon, gener 2011 (foto: Santi Pocino-Ramon Salent)



Cami de Sant Jaume (foto: Antonio Molina)





aquesta web et sorprendrà

www.balmat.com
hem trencat esquemes

Tot el material per a esports de muntanya i aventura, totes les estacions d'esquí d'Europa, altímetre de 12.000 muntanyes, centenars de fotografies, rutes, revista... Cerca als teus companys de viatge per a escoliar, fer espeleologia, sortir el cap de setmana... a www.balmat.com



Tel. 934 548 309 · 08011 Barcelona · balmat@balmat.com

**1 MODA ROBA
TÈCNICA**
Gran Via C.C. 531
08011 Barcelona
Tel. 934 548 309

**2 ESQUÍ
I TEMPS LLIBRE**
Gran Via C.C. 527
08011 Barcelona
Tel. 934 548 309

3 ACAMPADA
Comte d'Urgell, 72
08011 Barcelona
Tel. 934 548 309

**4 MUNTANYA
TÈCNICA**
Comte d'Urgell, 76
08011 Barcelona
Tel. 934 548 309



1912

AGRUPACIÓ EXCURSIONISTA "CATALUNYA"

Padilla, 255-263, primera planta
08013 Barcelona
tel: 933 024 529

e-mail: aec@aec.cat
butlleti@aec.cat

web: www.aec.cat

Edita: AEC

President: Jep Tapias

Amb la col·laboració de:



Generalitat de Catalunya
Departament de Governació
i Administracions Públiques
Secretaria d'Acció Ciutadana



Disseny i maquetació: Xavier Sánchez

Impressió: Empòrium

Coordinador: Manuel Cabanillas

En aquest butlletí hi col·laboren: Jordi Romagosa, Manuel Cabanillas, Quim Llop, Jordi Pino, Cata, Josep Montagut, Josep Bou, Joan Tarruella, Eduard Ruiz i Rosa M. Soler, Miquel Casas, Santi Pocino, Ramon Sallent, S.E.A.M., Antonio Molina, M. Jesús Salvador, Cristina de Irala, Rosa Miller, David Ortiz, Maria Moreno, Mercè Ortega-Villaizán, Pau de Anguera.